घबराहट हो

फ़ज्र की नमाज़ के बाद इस आयत को 21 बार पढ़कर पानी में दम करके मरीज़ को पिलाएं, यह अमल 21 दिन तक जारी रखें-

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ اِذْ هَدَيْتَنَا
وَهَبْ لَنَا مِنْ لَّدُنْكَ رَحْمَةً ۚ
اِنَّكَ اَنْتَ الْوَهَّابُ ۝

रब्बना ला तुज़िग़ क़ुलूबना बअ्-द इज़ हदै-तना व हब लना मिल्लदुन-क रह़-म-तन इन्-न-क अन्तल वह्हाब०

(सूरः आल-ए-इमरान, 8)

तर्जुमाः- "ऐ हमारे परवरदिगार! हमारे दिलों को टेढ़ा न कीजिए बाद इसके कि आप हमको हिदायत कर चुके हैं, और हमको अपने पास से (ख़ास) रहमत अता फ़रमाइए, बेशक आप बड़े अता फ़रमाने वाले हैं।"